

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E – COACHING* UNTUK  
MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO  
USIA DINI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai Gelar Sarjana  
Program Studi Pendidikan Ilmu Komputer



Oleh :

Szalsza Maulida

NIM 1400853

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU KOMPUTER  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN ILMU KOMPUTER  
FAKULTAS PENDIDIKAN MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG**

**2020**

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E - COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK  
DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E – COACHING* UNTUK  
MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO  
USIA DINI**

Oleh

Szalsza Maulida 1400853

Sebuah Skripsi yang Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu  
Pengetahuan Alam

© Szalsza Maulida

Universitas Pendidikan Indonesia

November 2020

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak  
ulang, di foto kopi atau cara lainnya tanpa izin dari peneliti.

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E - COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK  
DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E – COACHING* UNTUK  
MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO  
USIA DINI**

Oleh

Szalsza Maulida 1400853

**Disetujui dan disahkan oleh:**

Pembimbing I



**Prof. Dr. Munir, M.IT.**

NIP. 196603252001121001

Pembimbing II



**Ira Purnamasari, M.Pd.**

NIP. 198107072008122002

Mengetahui,

Ketua Departemen Pendidikan Ilmu Komputer

**Dr. Lala Septem Riza, M.T**

NIP.197809262008121001

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E - COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK  
DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## HALAMAN PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Rancang Bangun Program *E – Coaching* Sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Teknik Dasar bagi Atlet Judo Usia Dini” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, November 2020

Yang Membuat Pernyataan

Szalsza Maulida

NIM 1400853

# **RANCANG BANGUN PROGRAM *E – COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

Oleh

Szalsza Maulida

1400853

## **ABSTRAK**

Usia dini merupakan saat yang tepat untuk memulai melatih gerak tubuh, salah satunya dengan olahraga. Selain itu pada era modern ini teknologi semakin berkembang setiap menitnya, termasuk dalam dunia ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk membangun media pelatihan E-Coaching berbasis website sebagai media anak untuk berlatih mandiri. Metode pengembangan multimedia terdiri dari enam tahap, yaitu tahap *requirement*, *design*, *implementation*, *verification*, dan *maintenance*. Dalam proses pengembangan multimedia, peneliti melakukan tahap uji validasi kepada pakar media dan pakar materi. Media pelatihan yang telah dibangun diimplementasikan kepada dua orang anak yang berlatih judo sebagai objek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan media pelatihan *E-Coaching* dapat meningkatkan keterampilan anak dalam pengambilan teknik judo.

Kata kunci : E-Coaching, website, anak, teknik judo

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM *E - COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

***DESIGN AND DEVELOPMENT E-COACHING PROGRAM TO IMPROVE  
UNDERSTANDING OF BASIC TECHNIQUE FOR EARLY AGE JUDO ATHLETES***

*By*

*Szalsza Maulida*

*1400853*

***ABSTRACT***

*Early childhood is the right time to start practicing body movements, one of which is through sports. Especially in this modern era, technology is growing every minute, including in the world of sports science and technology. This study aims to build a website-based E-Coaching training media as a medium for children to practice independently. The multimedia development method consists of six stages, namely the stages of requirements, design, implementation, verification, and maintenance. In the multimedia development process, researchers conducted a validation test stage for media experts and material experts. The training media that was built was implemented for two children who were the objects of judo practice research. Based on the research results, the use of E-Coaching training media can improve children's skills in making judo techniques.*

*Keywords : E-Coaching, Website, Child, Judo technique*

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM E - COACHING UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI  
ATLET JUDO USIA DINI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	4
DAFTAR GAMBAR.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN .....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan .....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Batasan Masalah .....	Error! Bookmark not defined.
1.5 Manfaat Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
1.6 Sistematika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 <i>E – Coaching</i> .....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Multimedia Pembelajaran .....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Komponen Multimedia .....	Error! Bookmark not defined.
2.5 Website .....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Metode Waterfall .....	Error! Bookmark not defined.
2.7 <i>Hypertext Markup Language</i> (HTML) .....	Error! Bookmark not defined.
2.8 <i>HyperText Preprocessor</i> (PHP) .....	Error! Bookmark not defined.
2.9 MySQL .....	Error! Bookmark not defined.
2.10 Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dalam Olahraga ...	Error! Bookmark not defined.
2.11 Kategori Usia Dini Pada Olahraga Judo .....	Error! Bookmark not defined.
2.12 <i>Long Term Athlete Development</i> (LTAD) .....	Error! Bookmark not defined.
2.12.1 Tahap Dasar ( <i>Fundamental</i> ) .....	Error! Bookmark not defined.
2.13 Tinjauan mengenai olahraga judo .....	Error! Bookmark not defined.
BAB III .....	Error! Bookmark not defined.
METODOLOGI PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
3.1 Tahapan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

Szalsza Maulida, 2020

**RANCANG BANGUN PROGRAM E - COACHING UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BAGI ATLET JUDO USIA DINI**

3.3 Populasi dan Sample Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Instrumen Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Analisis Data .....	Error! Bookmark not defined.
3.6 Pemeriksaan Keabsahan Data .....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV .....	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Tahap Requirement .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Tahap Design .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Tahap Pengembangan .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.4 Tahap Implementasi.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.5 Tahap Verifikasi.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.6 Tahap Maintenance .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.7 Penilaian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V .....	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN DAN REKOMENDASI .....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Simpulan .....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Rekomendasi.....	Error! Bookmark not defined.
Daftar Pustaka .....	8
Narasumber Wawancara .....	9
Go Kyo 1 .....	Error! Bookmark not defined.
Metode : <i>Long Term Athlete Development (LTAD)</i> ..	Error! Bookmark not defined.
Fase : Fundamental.....	Error! Bookmark not defined.
Kyu : 6-5 (Obi putih - kuning).....	Error! Bookmark not defined.
KOMPETENSI INTI .....	Error! Bookmark not defined.
Tinjauan mengenai Olahraga Judo.....	Error! Bookmark not defined.



## Daftar Pustaka

- Averweg, U. R. (2010). Enabling role of an intranet to augment e-coaching. *Industrial and Commercial Training*, 42(1), 47–52.
- Binanto, I. (2014). Analisa Metode Classic Life Cycle (Waterfall) Untuk Pengembangan Perangkat Lunak Multimedia. *Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia*.
- Clark, W., & others. (2008). Kids' sports. *Canadian Social Trends*, 85, 54–61.
- Cui, W., Huang, L., Liang, L., & Li, J. (2009). The research of PHP development framework based on MVC pattern. *2009 Fourth International Conference on Computer Sciences and Convergence Information Technology*, 947–949.
- DuBois, P. (2013). *MySQL*. Addison-Wesley Professional.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1–4.
- Ford, P., De Ste Croix, M., Lloyd, R., Meyers, R., Moosavi, M., Oliver, J., ... Williams, C. (2011). The long-term athlete development model: Physiological evidence and application. *Journal of Sports Sciences*, 29(4), 389–402.
- Hariadi, I. (2017). Menggali Potensi Anak Usia Dini menuju Prestasi Dunia. *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 1(1), 609–623.
- Mansur, M. . (2011). Pemanduan Bakat Olahraga. *Jurnal UNY*.
- Noors, H. A. (2000). *DASAR - DASAR JUDO*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Purnomo, E. (1997). Peranan Iptek Dalam Olahraga. *Cakrawala Pendidikan*.
- Raggett, D., Le Hors, A., Jacobs, I., & others. (1999). HTML 4.01 Specification. *W3C Recommendation*, 24.
- Sukamti, E. R. (2001). Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Sebagai Dasar Menuju Prestasi Olah Raga. *Diakses Dari Http://Staffnew. Uny. Ac. Id/Upload/131568302/Penelitian/PERKEMBANGAN+ MOTORIK+ KASAR+ ANAK+ USIA+ DINI. Pdf*.

### **Narasumber Wawancara**

Silalahi. A. 2019. “Perkembangan Olahraga Judo di Jawa Barat”. *Hasil Wawancara Pribadi*: 16 Maret 2019, Bandung.

Adesta. P.W. 2019. “Hasil Pengamatan Perkembangan Olahraga Judo di Indonesia”. *Hasil Wawancara Pribadi*: 19 Maret 2019, Bandung.

Wijaya. S. 2019. “Pembinaan Olahraga Judo di Jawa Barat”. *Hasil Wawancara Pribadi*: 16 Maret 2019, Bandung.

Awaludin. S. 2019. “*Long Term Athlete Development (LTAD)*”. *Hasil Wawancara Pribadi*: 23 Maret 2019, Cianjur.